



Председатель ПК

О.В. Бурлакова

(должность)

01.09.2021

(ФИО)

(дата)

СОГЛАСОВАНО



Заведующий

Е.В. Дрижика

(должность)

01.09.2021

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:
я Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	200	5,98	7,40	29,54	209,72	189
	Хлеб пшеничный зав	28	2,13	0,22	13,78	23,52	7
	Сыр (порциями)	17	4,42	4,50	0,60	60,45	14
	Чай с сахаром	180	0,11	0,04	5,42	22,36	286
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		425	12,64	12,16	49,34	316,05	
ЗАВТРАК 2	Яблоко	90	0,45	0,45	8,78	57,6	Б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		90	0,45	0,45	8,78	57,6	
ОБЕД	Салат из свеклы с изюмом или черносливом	60	0,95	2,49	9,13	61,51	59
	Суп картофельный с клецками	200	1,42	1,74	9,66	60,5	61
	Плов из мяса говядины	180	14,36	17,57	29,14	332,48	4/8
	Хлеб пшеничный обед	30	2,28	0,24	14,76	25,2	7
	Хлеб ржаной 35	35	1,26	0,31	10,92	25,55	8
	Компот из сухофруктов	180	0,70	0,14	25,79	106,06	122
ИТОГО ЗА ОБЕД		685	20,97	22,49	99,40	611,3	
ПОЛДНИК	Булочка "Творожная"	80	10,23	4,90	35,22	229,34	273
	Кофейный напиток с молоком	220	3,50	3,83	16,48	88,95	13/10
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	13,73	8,73	51,70	318,29	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1500	47,79	43,83	209,22	1303,24	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1500	47,79	43,83	209,22	1303,24	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1500	47,79	43,83	209,22	1303,24	



СОГЛАСОВАНО

Председатель ПК

О.В. Бурлакова (должность)

01.09.2021 (ФИО)

(дата)



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Е.В. Дрижка (должность)

01.09.2021 (ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
я Дети 1-3 лет
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	100	2,99	3,70	14,77	104,86	189
	Хлеб пшеничный зав	24	1,82	0,19	11,81	20,16	7
	Сыр (порциями)	12	3,12	3,18	0,42	42,67	14
	Чай с сахаром	150	0,09	0,03	4,51	18,63	286
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		286	8,02	7,10	31,51	186,32	
ЗАВТРАК 2	Яблоко	90	0,45	0,45	8,78	57,6	Б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		90	0,45	0,45	8,78	57,6	
ОБЕД	Салат из свеклы с изюмом или черносливом	45	0,72	1,87	6,85	46,13	59
	Суп картофельный с клецками	150	1,06	1,31	7,24	45,38	61
	Плов из мяса говядины	150	11,97	14,64	24,29	277,07	4/8
	Хлеб пшеничный обед	20	1,52	0,16	9,84	16,8	7
	Хлеб ржаной 35	30	1,08	0,27	9,36	21,9	8
	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	21,49	88,38	122
ИТОГО ЗА ОБЕД		545	16,93	18,37	79,07	495,66	
ПОЛДНИК	Булочка "Творожная"	70	8,95	4,28	30,82	200,68	273
	Кофейный напиток с молоком	180	2,86	3,13	13,48	72,77	13/10
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	11,81	7,41	44,30	273,45	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1171	37,21	33,33	163,66	1013,03	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1171	37,21	33,33	163,66	1013,03	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1171	37,21	33,33	163,66	1013,03	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК	Омлет запеченный или паровой	100	10,39	12,58	1,90	162,55	2/6
	Икра кабачковая для детского питания	65	1,23	5,78	5,00	77,35	4
	Хлеб пшеничный зав	28	2,13	0,22	13,78	23,52	7
	Какао с молоком	220	3,72	3,85	15,64	163,94	292
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		413	17,47	22,43	36,32	427,36	
ЗАВТРАК 2	Яблоко	90	0,45	0,45	8,78	57,6	Б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		90	0,45	0,45	8,78	57,6	
ОБЕД	Салат из квашеной капусты	60	0,95	1,56	1,87	26,73	10
	Борщ с мясом	200	6,66	15,36	12,16	214,12	62
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	100	12,65	29,30	9,83	354,04	282
	Картофельное пюре	200	4,40	5,66	30,28	190,24	3/3
	Хлеб пшеничный обед	30	2,28	0,24	14,76	25,2	7
	Хлеб ржаной	38	1,37	0,34	11,86	27,74	8
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	160	0,00	0,00	20,96	88	399
ИТОГО ЗА ОБЕД		788	28,31	52,46	101,72	926,07	
ПОЛДНИК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,72	4,52	17,46	130,16	44
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	4,72	4,52	17,46	130,16	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1491	50,95	79,86	164,28	1541,19	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1491	50,95	79,86	164,28	1541,19	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1491	50,95	79,86	164,28	1541,19	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК	Омлет запеченный или паровой	95	9,87	11,95	1,80	154,42	2/6
	Икра кабачковая для детского питания	45	0,85	4,00	3,46	53,55	4
	Хлеб пшеничный зав	24	1,82	0,19	11,81	20,16	7
	Какао с молоком	180	3,04	3,15	12,80	134,14	292
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		344	15,58	19,29	29,87	362,27	
ЗАВТРАК 2	Яблоко	90	0,45	0,45	8,78	57,6	Б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		90	0,45	0,45	8,78	57,6	
ОБЕД	Салат из квашеной капусты	40	0,63	1,04	1,25	17,82	10
	Борщ с мясом	200	6,66	15,36	12,16	214,12	62
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	80	10,12	23,44	7,86	283,23	282
	Картофельное пюре	160	3,52	4,53	24,22	152,19	3/3
	Хлеб пшеничный обед	20	1,52	0,16	9,84	16,8	7
	Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	21,9	8
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	160	0,00	0,00	20,96	88	399
ИТОГО ЗА ОБЕД		690	23,53	44,80	85,65	794,06	
ПОЛДНИК	Суп молочный с макаронными изделиями	140	3,30	3,16	12,22	91,11	44
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		140	3,30	3,16	12,22	91,11	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1264	42,86	67,70	136,52	1305,04	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1264	42,86	67,70	136,52	1305,04	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1264	42,86	67,70	136,52	1305,04	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой	180	5,20	5,58	15,68	136,31	43
	Хлеб пшеничный зав	28	2,13	0,22	13,78	23,52	7
	Масло сливочное	7	1,34	0,72	1,30	17	2
	Чай с сахаром	180	0,11	0,04	5,42	22,36	286
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		395	8,78	6,56	36,18	199,19	
ЗАВТРАК 2	Яблоко	90	0,45	0,45	8,78	57,6	Б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		90	0,45	0,45	8,78	57,6	
ОБЕД	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом	70	1,18	4,86	8,60	76,26	28/1
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	4,76	9,18	12,36	151,5	83
	Рыба, тушеная в томате с овощами	180	16,61	9,94	4,59	173,32	231
	Каша перловая рассыпчатая	100	2,50	1,89	17,75	98,1	176
	Хлеб пшеничный обед	30	2,28	0,24	14,76	25,2	7
	Хлеб ржаной	38	1,37	0,34	11,86	27,74	8
	Кисель из сока плодового или ягодного с сахаром	200	0,00	0,00	13,84	56,94	359/1
ИТОГО ЗА ОБЕД		818	28,70	26,45	83,76	609,06	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога с изюмом	150	23,98	14,79	25,79	330,46	11/5
	Соус сметанный	25	0,36	0,64	1,54	13,7	354
	Молоко кипяченое	210	6,09	6,72	9,87	126	534
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		385	30,43	22,15	37,20	470,16	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1688	68,36	55,61	165,92	1336,01	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1688	68,36	55,61	165,92	1336,01	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1688	68,36	55,61	165,92	1336,01	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой	150	4,34	4,65	13,07	113,6	43
	Хлеб пшеничный зав	24	1,82	0,19	11,81	20,16	7
	Масло сливочное	8	1,54	0,82	1,48	19,43	2
	Чай с сахаром	150	0,09	0,03	4,51	18,63	286
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		332	7,79	5,69	30,87	171,82	
ЗАВТРАК 2	Яблоко	90	0,45	0,45	8,78	57,6	Б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		90	0,45	0,45	8,78	57,6	
ОБЕД	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом	50	0,84	3,47	6,14	54,47	28/1
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	4,76	9,18	12,36	151,5	83
	Рыба, тушенная в томате с овощами	160	14,77	8,83	4,08	154,06	231
	Каша перловая рассыпчатая	85	2,12	1,61	15,09	83,38	176
	Хлеб пшеничный обед	20	1,52	0,16	9,84	16,8	7
	Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	21,9	8
	Кисель из сока плодового или ягодного с сахаром	140	0,00	0,00	9,69	39,86	359/1
ИТОГО ЗА ОБЕД		685	25,09	23,52	66,56	521,97	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога с изюмом	120	19,19	11,83	20,63	264,37	11/5
	Соус сметанный	15	0,22	0,39	0,92	8,22	354
	Молоко кипяченое	210	6,09	6,72	9,87	126	534
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		345	25,50	18,94	31,42	398,59	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1452	58,83	48,60	137,63	1149,98	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1452	58,83	48,60	137,63	1149,98	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1452	58,83	48,60	137,63	1149,98	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Яйца вареные	50	6,35	5,75	0,35	78,5	213
	Капуста тушеная	100	1,99	1,41	9,13	58,44	105
	Хлеб пшеничный зав	28	2,13	0,22	13,78	23,52	7
	Масло сливочное	7	1,34	0,72	1,30	17	2
	Чай с молоком и сахаром	200	1,56	1,62	9,00	57,08	287
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		385	13,37	9,72	33,56	234,54	
ЗАВТРАК 2	Яблоко	90	0,45	0,45	8,78	57,6	Б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		90	0,45	0,45	8,78	57,6	
ОБЕД	Икра свекольная или морковная	90	2,41	0,10	11,84	58,88	124
	Борщ с мясом	200	6,66	15,36	12,16	214,12	62
	Макаронные изделия отварные	110	4,29	3,83	26,11	155,93	297
	Печень, тушеная в сметане	100	17,86	6,83	7,98	166,52	103
	Хлеб пшеничный обед	30	2,28	0,24	14,76	25,2	7
	Хлеб ржаной	38	1,37	0,34	11,86	27,74	8
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	160	0,00	0,00	20,96	88	399
ИТОГО ЗА ОБЕД		728	34,87	26,70	105,67	736,39	
ПОЛДНИК	Булочка молочная	80	7,62	1,74	45,66	233,54	479
	Кофейный напиток с молоком	220	3,50	3,83	16,48	88,95	13/10
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	11,12	5,57	62,14	322,49	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1503	59,81	42,44	210,15	1351,02	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1503	59,81	42,44	210,15	1351,02	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1503	59,81	42,44	210,15	1351,02	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Яйца вареные	55	6,98	6,32	0,38	86,35	213
	Капуста тушеная	70	1,39	0,99	6,39	40,91	105
	Хлеб пшеничный зав	24	1,82	0,19	11,81	20,16	7
	Масло сливочное	8	1,54	0,82	1,48	19,43	2
	Чай с молоком и сахаром	160	1,25	1,30	7,20	45,66	287
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		317	12,98	9,62	27,26	212,51	
ЗАВТРАК 2	Яблоко	90	0,45	0,45	8,78	57,6	Б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		90	0,45	0,45	8,78	57,6	
ОБЕД	Икра свекольная или морковная	80	2,14	0,09	10,53	52,34	124
	Борщ с мясом	200	6,66	15,36	12,16	214,12	62
	Макаронные изделия отварные	80	3,12	2,78	18,99	113,4	297
	Печень, тушеная в сметане	80	14,29	5,46	6,38	133,22	103
	Хлеб пшеничный обед	20	1,52	0,16	9,84	16,8	7
	Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	21,9	8
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	160	0,00	0,00	20,96	88	399
ИТОГО ЗА ОБЕД		650	28,81	24,12	88,22	639,78	
ПОЛДНИК	Булочка молочная	70	6,66	1,52	39,96	204,34	479
	Кофейный напиток с молоком	180	2,86	3,13	13,48	72,77	13/10
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	9,52	4,65	53,44	277,11	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1307	51,76	38,84	177,70	1187	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1307	51,76	38,84	177,70	1187	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1307	51,76	38,84	177,70	1187	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная жидкая	150	5,04	6,87	19,83	162,23	68
	Хлеб пшеничный зав	28	2,13	0,22	13,78	23,52	7
	Масло сливочное	8	1,54	0,82	1,48	19,43	2
	Чай с сахаром	180	0,11	0,04	6,01	51,73	286
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		366	8,82	7,95	41,10	256,91	
ЗАВТРАК 2	Ряженка	180	5,22	4,50	7,56	97,2	435
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		180	5,22	4,50	7,56	97,2	
ОБЕД	Горошек зеленый с яйцом	60	12,05	3,54	22,99	65,56	2/1
	Щи из квашеной капусты с картофелем	200	1,84	3,64	7,66	72,4	54
	Рагу из птицы	200	11,30	14,70	19,26	255,18	412
	Хлеб пшеничный обед	30	2,28	0,24	14,76	25,2	7
	Хлеб ржаной	38	1,37	0,34	11,86	27,74	8
	Компот из сухофруктов	180	0,70	0,14	25,79	106,06	122
ИТОГО ЗА ОБЕД		708	29,54	22,60	102,32	552,14	
ПОЛДНИК	Пряники	60	2,88	1,68	46,62	109,68	608
	Молоко кипяченое	200	5,80	6,40	9,40	120	534
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		260	8,68	8,08	56,02	229,68	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1514	52,26	43,13	207,00	1135,93	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1514	52,26	43,13	207,00	1135,93	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1514	52,26	43,13	207,00	1135,93	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 1-3 лет н

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,04	6,87	19,83	162,23	68
	Хлеб пшеничный зав	24	1,82	0,19	11,81	20,16	7
	Масло сливочное	8	1,54	0,82	1,48	19,43	2
	Чай с сахаром	150	0,09	0,03	5,01	43,11	286
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		332	8,49	7,91	38,13	244,93	
ЗАВТРАК 2	Ряженка	160	4,64	4,00	6,72	86,4	435
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		160	4,64	4,00	6,72	86,4	
ОБЕД	Горошек зеленый с яйцом	50	10,05	2,95	19,16	54,63	2/1
	Щи из квашеной капусты с картофелем	200	1,84	3,64	7,66	72,4	54
	Рагу из птицы	180	10,17	13,23	17,33	229,66	412
	Хлеб пшеничный обед	20	1,52	0,16	9,84	16,8	7
	Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	21,9	8
	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	21,49	88,38	122
ИТОГО ЗА ОБЕД		630	25,24	20,37	84,84	483,77	
ПОЛДНИК	Пряники	33	1,58	0,92	25,64	60,32	608
	Молоко кипяченое	200	5,80	6,40	9,40	120	534
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		233	7,38	7,32	35,04	180,32	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1355	45,75	39,60	164,73	995,42	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1355	45,75	39,60	164,73	995,42	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1355	45,75	39,60	164,73	995,42	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	150	4,57	6,78	22,17	168,25	70
	Хлеб пшеничный зав	28	2,13	0,22	13,78	23,52	7
	Сыр (порциями)	17	4,42	4,50	0,60	60,45	14
	Чай с сахаром	180	0,11	0,04	5,42	22,36	286
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		375	11,23	11,54	41,97	274,58	
ЗАВТРАК 2	Яблоко	90	0,45	0,45	8,78	57,6	Б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		90	0,45	0,45	8,78	57,6	
ОБЕД	Икра свекольная или морковная	90	2,41	0,10	11,84	58,88	124
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,52	1,28	10,40	59,3	18/2
	Гуляш из отварного мяса	120	16,93	39,73	4,75	445,12	277
	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,52	2,81	28,38	157,75	177
	Хлеб пшеничный обед	30	2,28	0,24	14,76	25,2	7
	Хлеб ржаной	38	1,37	0,34	11,86	27,74	8
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	160	0,00	0,00	20,96	88	399
ИТОГО ЗА ОБЕД		788	31,03	44,50	102,95	861,99	
ПОЛДНИК	Ватрушка с творогом	80	8,82	8,93	29,57	236,48	136
	Молоко кипяченое	210	6,09	6,72	9,87	126	534
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		290	14,91	15,65	39,44	362,48	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1543	57,62	72,14	193,14	1556,65	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1543	57,62	72,14	193,14	1556,65	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1543	57,62	72,14	193,14	1556,65	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	130	3,96	5,88	19,21	145,82	70
	Хлеб пшеничный зав	24	1,82	0,19	11,81	20,16	7
	Сыр (порциями)	12	3,12	3,18	0,42	42,67	14
	Чай с сахаром	150	0,09	0,03	4,51	18,63	286
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		316	8,99	9,28	35,95	227,28	
ЗАВТРАК 2	Яблоко	90	0,45	0,45	8,78	57,6	Б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		90	0,45	0,45	8,78	57,6	
ОБЕД	Икра свекольная или морковная	80	2,14	0,09	10,53	52,34	124
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,14	0,96	7,80	44,47	18/2
	Гуляш из отварного мяса	110	15,52	36,42	4,36	408,02	277
	Каша пшеничная рассыпчатая	80	3,48	1,50	15,14	84,14	177
	Хлеб пшеничный обед	20	1,52	0,16	9,84	16,8	7
	Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	21,9	8
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	160	0,00	0,00	20,96	88	399
ИТОГО ЗА ОБЕД		630	24,88	39,40	77,99	715,67	
ПОЛДНИК	Ватрушка с творогом	65	7,17	7,25	24,02	192,14	136
	Молоко кипяченое	210	6,09	6,72	9,87	126	534
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		275	13,26	13,97	33,89	318,14	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1311	47,58	63,10	156,61	1318,69	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1311	47,58	63,10	156,61	1318,69	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1311	47,58	63,10	156,61	1318,69	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Омлет запеченный или паровой	100	10,39	12,58	1,90	162,55	2/6
	Икра кабачковая для детского питания	65	1,23	5,78	5,00	77,35	4
	Хлеб пшеничный зав	28	2,13	0,22	13,78	23,52	7
	Кофейный напиток с молоком	220	3,50	3,83	16,48	88,95	13/10
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		413	17,25	22,41	37,16	352,37	
ЗАВТРАК 2	Ряженка	200	5,80	5,00	8,40	108	435
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	5,80	5,00	8,40	108	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	55	0,70	3,71	4,72	55,48	6/1
	Борщ с мясом	200	6,66	15,36	12,16	214,12	62
	Биточки (котлеты) рыбные	110	12,61	2,18	9,20	106,08	9/7
	Картофельное пюре	200	4,40	5,66	30,28	190,24	3/3
	Хлеб пшеничный обед	30	2,28	0,24	14,76	25,2	7
	Хлеб ржаной 35	35	1,26	0,31	10,92	25,55	8
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,18	0,24	34,34	108,2	241
ИТОГО ЗА ОБЕД		830	29,09	27,70	116,38	724,87	
ПОЛДНИК	Суп молочный с крупой	200	5,68	5,92	18,68	151,78	170/2
	Чай с сахаром	180	0,11	0,04	5,42	22,36	286
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		380	5,79	5,96	24,10	174,14	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1823	57,93	61,07	186,04	1359,38	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1823	57,93	61,07	186,04	1359,38	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1823	57,93	61,07	186,04	1359,38	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Омлет запеченный или паровой	95	9,87	11,95	1,80	154,42	2/6
	Икра кабачковая для детского питания	45	0,85	4,00	3,46	53,55	4
	Хлеб пшеничный зав	24	1,82	0,19	11,81	20,16	7
	Кофейный напиток с молоком	180	2,86	3,13	13,48	72,77	13/10
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		344	15,40	19,27	30,55	300,9	
ЗАВТРАК 2	Ряженка	200	5,80	5,00	8,40	108	435
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	5,80	5,00	8,40	108	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	45	0,58	3,03	3,86	45,4	6/1
	Борщ с мясом	200	6,66	15,36	12,16	214,12	62
	Биточки (котлеты) рыбные	90	10,31	1,78	7,52	86,8	9/7
	Картофельное пюре	160	3,52	4,53	24,22	152,19	3/3
	Хлеб пшеничный обед	20	1,52	0,16	9,84	16,8	7
	Хлеб ржаной 35	30	1,08	0,27	9,36	21,9	8
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,88	0,18	25,76	81,15	241
ИТОГО ЗА ОБЕД		695	24,55	25,31	92,72	618,36	
ПОЛДНИК	Суп молочный с крупой	140	3,98	4,14	13,08	106,25	170/2
	Чай с сахаром	150	0,09	0,03	4,51	18,63	286
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		290	4,07	4,17	17,59	124,88	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1529	49,82	53,75	149,26	1152,14	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1529	49,82	53,75	149,26	1152,14	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1529	49,82	53,75	149,26	1152,14	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:
 я Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
ЗАВТРАК	Каша овсяная молочная жидкая	200	7,04	8,48	29,36	222,78	130
	Хлеб пшеничный зав	28	2,13	0,22	13,78	23,52	7
	Масло сливочное	7	1,34	0,72	1,30	17	2
	Чай с сахаром	180	0,11	0,04	5,42	22,36	286
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		415	10,62	9,46	49,86	285,66	
ЗАВТРАК 2	Яблоко	90	0,45	0,45	8,78	57,6	Б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		90	0,45	0,45	8,78	57,6	
ОБЕД	Салат из моркови и яблок	70	0,60	3,65	5,81	58,6	40
	Свекольник	200	2,06	3,48	13,48	93,9	34
	Куры отварные	80	10,62	9,12	0,21	137,52	96
	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,72	4,08	19,09	131,87	123
	Хлеб пшеничный обед	30	2,28	0,24	14,76	25,2	7
	Хлеб ржаной	38	1,37	0,34	11,86	27,74	8
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	160	0,00	0,00	20,96	88	399
ИТОГО ЗА ОБЕД		728	20,65	20,91	86,17	562,83	
ПОЛДНИК	Сырники из творога	140	22,22	20,36	15,08	333,27	231
	Соус сметанный	25	0,36	0,64	1,54	13,7	354
	Какао с молоком	220	3,72	3,85	15,64	163,94	292
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		385	26,30	24,85	32,26	510,91	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1618	58,02	55,67	177,07	1417	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1618	58,02	55,67	177,07	1417	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1618	58,02	55,67	177,07	1417	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
ЗАВТРАК	Каша овсяная молочная жидкая	120	4,22	5,09	17,62	133,67	130
	Хлеб пшеничный зав	24	1,82	0,19	11,81	20,16	7
	Масло сливочное	8	1,54	0,82	1,48	19,43	2
	Чай с сахаром	150	0,09	0,03	4,51	18,63	286
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		302	7,67	6,13	35,42	191,89	
ЗАВТРАК 2	Яблоко	90	0,45	0,45	8,78	57,6	Б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		90	0,45	0,45	8,78	57,6	
ОБЕД	Салат из моркови и яблок	60	0,52	3,13	4,98	50,23	40
	Свекольник	150	1,54	2,61	10,11	70,43	34
	Куры отварные	55	7,30	6,27	0,14	94,54	96
	Каша гречневая рассыпчатая	100	2,48	2,72	12,73	87,91	123
	Хлеб пшеничный обед	20	1,52	0,16	9,84	16,8	7
	Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	21,9	8
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	160	0,00	0,00	20,96	88	399
ИТОГО ЗА ОБЕД		575	14,44	15,16	68,12	429,81	
ПОЛДНИК	Сырники из творога	110	17,46	15,99	11,85	261,86	231
	Соус сметанный	15	0,22	0,39	0,92	8,22	354
	Какао с молоком	180	3,04	3,15	12,80	134,14	292
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		305	20,72	19,53	25,57	404,22	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1272	43,28	41,27	137,89	1083,52	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1272	43,28	41,27	137,89	1083,52	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1272	43,28	41,27	137,89	1083,52	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные с сыром	110	6,64	7,96	23,28	191,11	301
	Икра кабачковая для детского питания	65	1,23	5,78	5,00	77,35	4
	Хлеб пшеничный зав	28	2,13	0,22	13,78	23,52	7
	Кофейный напиток с молоком	220	3,50	3,83	16,48	88,95	13/10
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		423	13,50	17,79	58,54	380,93	
ЗАВТРАК 2	Яблоко	90	0,45	0,45	8,78	57,6	Б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		90	0,45	0,45	8,78	57,6	
ОБЕД	Капуста тушеная	100	1,99	1,41	9,13	58,44	105
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,34	2,96	15,62	106,68	36
	Запеканка из печени с рисом	180	20,79	10,71	20,29	262,01	294
	Хлеб пшеничный обед	30	2,28	0,24	14,76	25,2	7
	Хлеб ржаной	38	1,37	0,34	11,86	27,74	8
	Компот из сухофруктов	180	0,70	0,14	25,79	106,06	122
ИТОГО ЗА ОБЕД		728	31,47	15,80	97,45	586,13	
ПОЛДНИК	Пирожки печеные с повидлом	80	4,29	1,50	28,70	148,11	451
	Молоко кипяченое	210	6,09	6,72	9,87	126	534
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		290	10,38	8,22	38,57	274,11	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1531	55,80	42,26	203,34	1298,77	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1531	55,80	42,26	203,34	1298,77	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1531	55,80	42,26	203,34	1298,77	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные с сыром	70	4,23	5,07	14,81	121,62	301
	Икра кабачковая для детского питания	45	0,85	4,00	3,46	53,55	4
	Хлеб пшеничный зав	24	1,82	0,19	11,81	20,16	7
	Кофейный напиток с молоком	180	2,86	3,13	13,48	72,77	13/10
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		319	9,76	12,39	43,56	268,1	
ЗАВТРАК 2	Яблоко	90	0,45	0,45	8,78	57,6	Б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		90	0,45	0,45	8,78	57,6	
ОБЕД	Капуста тушеная	70	1,39	0,99	6,39	40,91	105
	Суп картофельный с бобовыми	150	3,26	2,22	11,71	80,01	36
	Запеканка из печени с рисом	150	17,33	8,92	16,91	218,34	294
	Хлеб пшеничный обед	20	1,52	0,16	9,84	16,8	7
	Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	21,9	8
	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	21,49	88,38	122
ИТОГО ЗА ОБЕД		570	25,16	12,68	75,70	466,34	
ПОЛДНИК	Пирожки печеные с повидлом	60	3,22	1,12	21,53	111,08	451
	Молоко кипяченое	210	6,09	6,72	9,87	126	534
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		270	9,31	7,84	31,40	237,08	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1249	44,68	33,36	159,44	1029,12	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1249	44,68	33,36	159,44	1029,12	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1249	44,68	33,36	159,44	1029,12	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой	200	5,92	6,24	18,86	156,42	170/10
	Хлеб пшеничный зав	28	2,13	0,22	13,78	23,52	7
	Масло сливочное	7	1,34	0,72	1,30	17	2
	Чай с сахаром	180	0,11	0,04	5,42	22,36	286
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		415	9,50	7,22	39,36	219,3	
ЗАВТРАК 2	Яблоко	90	0,45	0,45	8,78	57,6	Б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		90	0,45	0,45	8,78	57,6	
ОБЕД	Салат из квашеной капусты	60	0,95	1,56	1,87	26,73	10
	Борщ с мясом	200	6,66	15,36	12,16	214,12	62
	Сельдь с луком	95	10,42	5,00	3,75	101,95	32
	Яйца вареные	50	6,35	5,75	0,35	78,5	213
	Картофельное пюре	200	4,40	5,66	30,28	190,24	3/3
	Хлеб пшеничный обед	30	2,28	0,24	14,76	25,2	7
	Хлеб ржаной	38	1,37	0,34	11,86	27,74	8
	Кисель из сока плодового или ягодного с сахаром	200	0,00	0,00	13,84	56,94	359/2
ИТОГО ЗА ОБЕД		873	32,43	33,91	88,87	721,42	
ПОЛДНИК	Печенье	60	4,50	7,08	44,94	97,86	609
	Кефир	200	6,00	2,00	8,00	80	435
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		260	10,50	9,08	52,94	177,86	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1638	52,88	50,66	189,95	1176,18	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1638	52,88	50,66	189,95	1176,18	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1638	52,88	50,66	189,95	1176,18	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 1-3 лет н

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой	140	4,14	4,37	13,20	109,49	170/10
	Хлеб пшеничный зав	24	1,82	0,19	11,81	20,16	7
	Масло сливочное	8	1,54	0,82	1,48	19,43	2
	Чай с сахаром	150	0,09	0,03	4,51	18,63	286
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		322	7,59	5,41	31,00	167,71	
ЗАВТРАК 2	Яблоко	90	0,45	0,45	8,78	57,6	Б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		90	0,45	0,45	8,78	57,6	
ОБЕД	Салат из квашеной капусты	40	0,63	1,04	1,25	17,82	10
	Борщ с мясом	200	6,66	15,36	12,16	214,12	62
	Сельдь с луком	90	9,87	4,73	3,56	96,59	32
	Яйца вареные	55	6,98	6,32	0,38	86,35	213
	Картофельное пюре	160	3,52	4,53	24,22	152,19	3/3
	Хлеб пшеничный обед	20	1,52	0,16	9,84	16,8	7
	Хлеб ржаной	30	1,08	0,27	9,36	21,9	8
	Кисель из сока плодового или ягодного с сахаром	140	0,00	0,00	9,69	39,86	359/2
ИТОГО ЗА ОБЕД		735	30,26	32,41	70,46	645,63	
ПОЛДНИК	Печенье	35	2,62	4,13	26,22	57,09	609
	Кефир	200	6,00	2,00	8,00	80	435
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		235	8,62	6,13	34,22	137,09	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1382	46,92	44,40	144,46	1008,03	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1382	46,92	44,40	144,46	1008,03	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1382	46,92	44,40	144,46	1008,03	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 726890861408610707646499642787991539916156533270

Владелец Дрижика Елена Васильевна

Действителен с 15.02.2024 по 14.02.2025